



Je me  
sens mal



Je me  
sens bien



J'ai trop  
mangé



J'ai bien  
mangé



J'ai envie  
de me taire



J'ai besoin  
de parler



Je suis plein·e  
d'énergie



Je suis  
stressé·e



Je suis en  
colère



Je suis en  
paix



Je suis  
triste



Je suis  
content·e



Je m'ennuie



Je suis prêt·e  
à écouter



J'ai besoin  
d'aide



J'ai envie  
d'aider

